

PLANO DE DISCIPLINA		
IDENTIFICAÇÃO		
CURSO: Licenciatura em Educação Física		
DISCIPLINA: Cinesiologia		CÓDIGO DA DISCIPLINA:
PRÉ-REQUISITO: Anatomia Aplicada à Educação Física; Fisiologia do Exercício.		
UNIDADE CURRICULAR: Obrigatória [X] Optativa [] Eletiva []		SEMESTRE: 5º
CARGA HORÁRIA		
TEÓRICA: 80	PRÁTICA:	EaD ¹ :
CARGA HORÁRIA SEMANAL: 5		
CARGA HORÁRIA TOTAL: 80		
DOCENTE RESPONSÁVEL: Wesley Crispim Ramalho		

EMENTA		
Aspectos históricos, conceitos, definições e áreas de atuação. Terminologia básica dos movimentos. Considerações musculoesqueléticas sobre o movimento. Princípios básicos de mecânica. Sistema de alavancas. Tipos de força e os segmentos corporais. Introdução a análise biomecânica das atividades físicas e esportivas.		

OBJETIVOS		
Geral:		

Identificar, descrever e analisar os movimentos corporais durante atividades físicas, analisando o movimento humano nos aspectos biomecânicos, bem como utilizar estratégias para prevenção e reabilitação, em atividades físicas ou desportivas.

Específicos:

- Conhecer os princípios biomecânicos nos quais se baseiam o movimento humano;
- Analisar as variáveis cinéticas e cinemáticas do movimento humano;
- Averiguar as propriedades mecânicas dos tecidos que compõe o aparelho ósteo-mio-articular;
- Aplicar as principais ferramentas disponíveis para o estudo cinesiológico do movimento.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO		
1	1.1 Conceitos e aplicações; 1.2 História da Cinesiologia.	EaD [] Presencial [x]
2	2.1 Cinemática linear; 2.2 Principais conceitos em mecânica clássica e as leis de Newton; 2.3 Tipos de movimentos (generalizado, linear, angular); 2.4 Sistema de alavancas (princípios básicos, tipos de alavancas, alavancas do corpo humano);	EaD [] Presencial [x]
3	3.1 Cinesiologia óssea: propriedades, comportamento, cargas e fadiga óssea; 3.2 Estrutura e movimentos das articulações; 3.3 Cinesiologia Muscular.	EaD[] Presencial []
4	4.1 Dinamometria; 4.2 Cinemetría: natureza das medidas e métodos de medição; 4.3 Métodos antropométricos.	EaD[] Presencial [x]

METODOLOGIA DE ENSINO		
------------------------------	--	--

¹ Para a oferta de disciplinas na modalidade à distância, integral ou parcial, desde que não ultrapasse 20% (vinte por cento) da carga horária total do curso, observar o cumprimento da Portaria MEC nº 1.134, de 10 de outubro de 2016.

- Aulas expositivas e dialogadas; aulas práticas; análise de vídeos; leituras e discussões de textos; estudo dirigido; pesquisa; seminários práticos; visitas técnicas e intervenção em espaços não formais de educação (campos de estágio)

RECURSOS DIDÁTICOS

- Quadro
- Projetor
- Vídeos/DVDs
- Periódicos/Livros/Revistas/Links
- Equipamento de Som
- Laboratório
- Softwares²: _____
- Outros³: _____

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Considera-se que:

-A avaliação se constitui em um processo processual, contínuo e formativo.No decorrer do semestre serão utilizados diversos instrumentos avaliativos:

- As avaliações serão contínuas e sistemáticas, através de provas (teóricas e/ou práticas) com questões objetivas e/ou subjetivas. Também serão realizadas outras atividades (trabalhos impressos, apresentações, exercícios; relatórios, resumos; estudos dirigidos e pesquisas relacionada aos conteúdos da disciplina),

BIBLIOGRAFIA⁴

Bibliografia Básica:

FLOYD, R. T. Manual de Cinesiologia Estrutural. Manole. 16^a. 2011

Hamilton N.; Weimar W.; Luttgens K. Cinesiologia Teoria e Prática do Movimento.

Guanabara Koogan, 12^a, 2013.HALL, Susan. Biomecânica Básica. Guanabara Koogan. 6^a. 2013.

Bibliografia Complementar:

EMICO OKINO, LUCIANO FRANTIN. Desvendando a Física do Corpo Humano. Manole. 2008

HALL, Susan. Biomecânica Básica. 5. ed. São Paulo: Manole, 2009.

HAMIL, J. KNUTZEN K. M. Bases Biomecânicas do movimento humano. Manole. 3^a. 2012

NORDIN, Margareta. FRANKEL, Victor H. Biomecânica Básica do Sistema Musculoesquelético. Guanabara Koogan. 4^a. 2014

William C. Whiting e Ronald F. Zernicke. Biomecânica Funcional das Lesões Muscoloesqueléticas. Guanabara Koogan. 2^a. 2009

ZATSIORSKY, Vladimir M. Biomecânica no Esporte: performance do desempenho e prevenção de lesões. Guanabara Koogan. 1^a. 2004.

OBSERVAÇÕES

² Especificar

³ Especificar

⁴ Observar os mínimos de 3 (três) títulos para a bibliografia básica e 5 (cinco) para a bibliografia complementar.